

SURVEI TINGKAT KECEMASAN ATLET BULUTANGKIS DI PB FILA WATCH MAKASSAR

Dian Ayu Lestari, Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu
Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar
Dalestari68@gmail.com

ABSTRAK

Dian Ayu Lestari, 2019. *Survei Tingkat Kecemasan Atlet Bulutangkis di PB. Fila Watch Makassar*. Skripsi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar. Pembimbing 1 oleh Ayahanda Hasanuddin dan Pembimbing II oleh Ayahanda Andi Ihsan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui survei tingkat kecemasan atlet bulutangkis di PB. Fila watch Makassar. Jenis penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif. Variabel penelitian terdiri dari variabel tunggal yaitu tingkat kecemasan. Populasi dalam penelitian ini merupakan seluruh atlet PB. Fila Watch Makassar dengan sampel penelitian sebanyak 30 orang. Teknik penentuan sampel adalah dengan menggunakan “total sampling” artinya bahwa semua populasi yang ada menjadi sampel. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif dengan menggunakan system SPSS Versi 20.00 pada taraf signifikansi 95% atau $(\alpha) = 0,05$.

Dari hasil analisis data, maka dalam penelitian ini menyimpulkan bahwa tingkat kecemasan atlet bulutangkis di PB. Fila Watch Makassar termasuk dalam kategori yang Sangat Tinggi dengan persentase 53,3% yang disebabkan oleh faktor intrinsik karena kurangnya percaya diri dan takut salah sedangkan faktor ekstrinsik dikarenakan tuntutan pelatih dan kondisi lapangan.

Kata Kunci : Kecemasan, Bulutangkis

PENDAHULUAN

Olahraga bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang sudah lama dikenal didunia dan di Indonesia. Hal ini dapat dilihat banyaknya club-club besar yang melahirkan atlet-atlet yang sangat berbakat. Misalnya PB. Djarum, exist, jaya raya dan masih banyak lagi yang berada di Negara Indonesia.

Dari sekian banyak club yang ada di Indonesia, terdapat club yang juga terkenal di Sulawesi-selatan yaitu PB. Fila Watch yang berada di kota Makassar. Club ini telah berdiri 10 tahun lebih lamanya. Sudah banyak atlet-atlet berprestasi dipulau jawa yang berasal dari club ini. Banyak atletnya yang telah berprestasi mulai tingkat provinsi, nasional bahkan internasional. Jadi tidak heran jika banyak orang tua yang mendaftarkan anaknya di club PB. Fila Watch Makassar ini.

Jika dilihat dari keberhasilan atlet-atletnya tersebut, tentu ada pelatih yang sangat berperan penting. Maka peneliti ingin melihat kesiapan mereka sebelum bertanding, karena biasanya atlet-atlet mengalami kecemasan dan stress yang berlebih ketika akan mengikuti suatu pertandingan. Untuk itu peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul **“Survei Tingkat Kecemasan Atlet Bulutangkis Di PB. Fila Watch Makassar”**

A. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas. Maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu : bagaimana tingkat kecemasan atlet bulutangkis di PB. Fila watch Makassar?

B. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan diatas. Maka tujuan dari penelitian ini yaitu : untuk mengetahui tingkat kecemasan atlet bulutangkis di PB. Fila watch Makassar.

METODE PENELITIAN

A. Variabel dan Desain Penelitian

Variabel yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu variabel tunggal Tingkat Kecemasan Atlet. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang dapat diartikan sebagai prosedur pemecah masalah yang diselidiki dengan menggambarkan keadaan objek penelitian. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode survei.

B. Populasi dan sampel

Populasi merupakan keseluruhan individu yang akan diteliti. Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh atlet PB. Fila watch Makassar yang berjumlah 30 orang atlet. dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*/densus yang artinya seluruh anggota populasi dijadikan sampel.

C. Teknik pengumpulan

Teknik pengumpulan data merupakan cara mengumpulkan data yang dibutuhkan untuk menjawab rumusan masalah penelitian. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu: kuesioner/angket, wawancara dan dokumentasi.

D. Teknik analisis data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif yang dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum tentang data yang meliputi rata-rata, standar deviasi, variance, range dan nilai minimum dan maksimum. Dengan menggunakan analisis komputer pada program SPSS 20 dengan taraf signifikan 95% atau $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Table 4.1. hasil analisis deskriptif data

Nama	Nilai
Sum	2754,00
Mean	91,80000
Stdv	6,41872
Variance	41,200
Range	24,00
Min	81,00
Max	105,00

Data diatas tersebut diperoleh berdasarkan nilai-nilai dari data yang telah diteliti dengan skala likerts 1-4.

Table 4.2. Rekapitulasi persentasi hasil tingkat kecemasan atlet bulutangkis

Interval	Frekuensi	Persentase	Klasifikasi
30 – 45	0	0,0%	Sangat Rendah
46 - 61	0	0,0%	Rendah
61 – 75	0	0,0%	Sedang
76 - 90	14	46,7 %	Tinggi
91 - 105	16	53,3 %	Sangat Tinggi
Jml	30	100%	-

Dari tabel diatas dapat dilihat persentase hasil data tingkat kecemasan atlet bulutangkis PB. Fila Watch Makassar dari 30 atau (100%) atlet , kategori Sangat Tinggi sebanyak 16 atau (53,3%) atlet, kategori Tinggi sebanyak 14 atau (46,7%) atlet, kategori Sedang sebanyak 0 atau (0,0%) atlet, kategori Rendah sebanyak 0 atau (0,0%) atlet dan kategori Sangat Rendah sebanyak 0 atau (0,0%) atlet.

2. PEMBAHASAN

Hasil analisis data melalui teknik statistik diperlukan pembahasan teoritis yang bersandar pada rumusan masalah yaitu “ Bagaimana Tingkat Kecemasan Atlet Bulutangkis di

PB. Fila Watch Makassar” yang mendasari penelitian ini. Seperti yang kita ketahui Kecemasan merupakan salah satu faktor yang cukup penting dalam meningkatkan prestasi seorang atlet. Hal ini dikarenakan faktor dari dalam maupun dari luar yang menjadi penyebab terjadinya kecemasan tersebut, akan tetapi kecemasan atlet tergantung dari masing-masing atlet yang mengalaminya. Kecemasan yang tinggi dalam penelitian ini didasarkan pada faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik.

Berdasarkan deskripsi diatas yang diperoleh dari variabel tingkat kecemasan atlet bulutangkis di PB. Fila watch Makassar termasuk dalam kategori sangat tinggi dengan persentasi 53,3%.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan, maka dapat ditarik sebuah kesimpulan yaitu: Tingkat kecemasan atlet bulutangkis PB. Fila Watch Makassar berada pada kategori Sangat Tinggi dengan persentase 53,3%.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka ada beberapa saran yang perlu ditindak lanjuti yaitu:

1. Bagi bidang pelatihan dan pengurus organisasi cabang olahraga bulutangkis agar memperhatikan psikologis atletnya khususnya kecemasan pada saat bertanding, karena kecemasan yang berlebihan

akan mempengaruhi hasil pertandingan.

2. Bagi pelatih, menggunakan metode pendekatan kognitif, menggunakan simulasi pertandingan di tempat latihan, dan metode meditasi/relaksasi untuk memberikan ketenangan pada atlet. hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan atau solusi dalam mengatasi kecemasan yang dialami oleh atlet menjelang pertandingan dan dapat memberikan program latihan mental kepada setiap atletnya.

3. Bagi para atlet hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan untuk berlatih secara mandiri untuk mengurangi Kendala-kendala yang berhubungan dengan kecemasan pada saat menjelang suatu pertandingan.

4. Pada mahasiswa dan peneliti selanjutnya agar mengambil variabel-variabel yang bisa mempengaruhi hasil pertandingan bagi para atlet utamanya pada bulutangkis.

DAFTAR PUSTAKA

Andi Mas Jaya,, Dkk. (2017).

Teknik Dasar Bermain Bulutangkis. Makassar. FIK UNM

Alhusin Syahri. (2007).

Gemar Bermain Bulutangkis. Surakarta: CV Seti Aji

Apta Mylsidayu, (2015).

Psikologi Olahraga. Jakarta: Bumi Aksara

Febiaji F, (2012). *Tingkat Kecemasan Atlet POMNAS XIII Cabang Olahraga Sepakbola Sebelum Menghadapi Pertandingan*. Jurnal. UNY: Lumbung Pustaka

Dimas Cesar Dharmawan. (2016). *Kecemasan Menghadapi Pertandingan Pada Atlet Futsal*. Jurnal. Surakarta: Universitas Muhammadiyah

Grice,T. (2007). *Bulutangkis*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada

Komaruddin, (2016). *Psikologi Olahraga*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya

Rizki Mahakharisma. (2014). *Tingkat Kecemasan Dan Stress Atlet Bulutangkis Menjelang Kompetisi POMNAS XIII Tahun 2013 Di Daerah Istimewa Yogyakarta*. Skripsi. FIK UNY

Singgih. D Gunarsa. (2008). *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: PT Gunung Mulia

Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.

Sugiyono. (2017). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta

Wendy Agustina. (2018). *Perbandingan tingkat kecemasan antara atlet olahraga body contact dan non body contact sebelum bertanding pada atlet BKMFBEM FIK UNM cabang bulutangkis dan pencak silat*. Jurnal. Makassar: Universitas Negeri Makssa